GymForm Duo ジムフォーム デュオ

～ GymForm® Duo 取扱説明書 ～

このたびは GymForm® Duo をお買い上げくださいまして誠にありがとうございます。末長くご愛用していただくために、この説明書をよくお読みいただき、正しくお取り扱いくださいますようお願いいたします。
製品をご使用になる前に、必ずお読みください。なお、この取扱説明書は大切に保管し、必要に応じてご覧ください。

《仕様》

セット内容	：GymForm® Duo 本体　1 台／パッド　2 個
使用電池	：ボタン電池 CR2032　2 個（別売）
最大電力消費	：15 mA (RMS) (Load500ohm)
パルス周波数	：2 Hz ～ 250 Hz
自動電源 OFF 機能	：15 分間 (約 3 分間誤差あり)
モード	：6 種類のモード搭載
パルス強度選択	：10 段階より選択
モード選択後の強度レベル	：モード変更時には、パルス強度は強度 1
サイズ	：電極部／約 65 x 40 x 17 mm パッド／直径約 80 mm
重量	：65g（パッド・電池装着時）
生産国	：中国

《安全上のご注意》

- GymForm® Duo を使用する前には、必ずこの説明書を読んでください。
- GymForm® Duo を説明書に記載された使用目的以外では使用しないでください。
- GymForm® Duo を使用しない場合には、電源を OFF にしてください。
- 体調に不備がある方、病中の方は GymForm® Duo を使用する前に医師に相談後指示に従ってください。
- ぜんそく、その他呼吸器疾患の持病がある方は、GymForm® Duo を使用する前に医師に相談後指示に従ってください。
- 過去に上記の症状があった方は、GymForm® Duo を使用する前には必ず医師にご相談ください。
- GymForm® Duo を使用中に、アルコール飲料を飲まないでください。
- 他運動機器との併用の際は、医師に相談後指示に従ってください。

《警告》

- GymForm® Duo を乾燥した場所に保管し、湿気がある場所に置かないでください。洗面所、お風呂場、お手洗いなど水の中に落とす恐れがある場所でご使用・保管は控えてください。また使用する際には、絶対に GymForm® Duo を濡らさないでください。
- 絶対に濡れた手で、GymForm® Duo を触らないでください。
- 妊娠中の方は、GymForm® Duo を絶対に使用しないでください。
- GymForm® Duo を運転中や睡眠中には、絶対に使用しないでください。
- GymForm® Duo を、お子様や動物への使用は絶対にしないでください。
- GymForm® Duo は、強力なトレーニングキットです。無理・無謀なモード選択および強度レベルは、身体を傷める原因になります。モード設定選択は、使用する方の体調やレベルに合わせて設定するようにしてください。

《重要》

現在、治療および通院されている方、また以下の症状の方、過去に症状があった方は、GymForm® Duo を使用する前には必ず医師にご相談ください。

- にきび、ほくろ、あざ、糖尿病、アトピー性皮膚炎、血友病、免疫不全、酒さ、静脈瘤、傷、痛み、炎症のある皮膚には GymForm® Duo を使用しないでください。医師に相談後、指示に従ってください。
- 心臓を患わっている方、またペースメーカーを使用されている方。
- 血圧に支障がある方、また以前支障があった方。
- 妊娠中の方、月経中の方。
- 皮膚感覚に問題のある方、皮膚に何かしら問題を抱えている方。
- GymForm® Duo を、身体の繊細な箇所、傷、ほくろ、静脈ある箇所には絶対に使用しないでください。

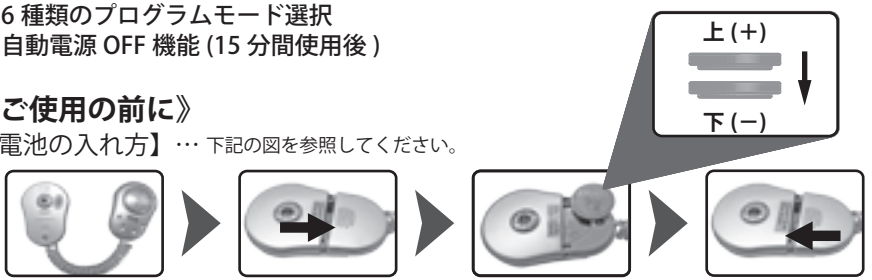
パッドは肌に密着させてください。
※ パッドが肌からはがれると、約 3 秒後に自動的に電源が切れます。

《製品特徴》

- コードレステクノロジー
- 最小マイクロプロセステクノロジー
- 粘着パッド (ジェル不要)
- 電池：ボタン電池 (CR2032　2 個使用)　※ **電池別売**
- **コントロールボタン　3 種（MODE・ON / ＋・OFF / －）**
- **LED ライト表示**
- **10 段階の強度レベル (初心者レベルからアドバンスレベルまで選択可能)**
- **6 種類のプログラムモード選択**
- **自動電源 OFF 機能 (15 分間使用後)**

《ご使用の前に》

【電池の入れ方】… 下記の図を参照してください。



① 粘着パッドを外し、LED ライトが点灯 / 点滅していないことを確認してください。
② 本体裏にある、電池カバーをスライドさせて外してください。
③ ＋の面を上にして**ボタン電池** (CR2032　2 個) を入れてください。

※ 電池が水平に入れられていることを、必ずご確認ください。

④ 電池カバーを元に戻し、しっかりとはめてください。

【粘着パッド装着について】… 右記の図を参照してください。

① **スナップボタンがパチッと音が鳴るまで、しっかり取り付けます。**
② **粘着パッドのパッド保護シールをはがし、希望する身体の箇所へ装着します。**
③ **装着時には、しっかりと肌に粘着してください。**

※ 下記の状態で GymForm® Duo をご使用しますと、約 3 秒後に自動的に電源が切れます。
- **パッドが本体にしっかりと取り付けられていない場合。**
- **パッドがしっかり肌に密着していない場合。**
- **パッドが肌から浮いている状態。**
- **パッドが肌からはがれている場合。**

【注意】
- **2 つの粘着パッドを貼りつけ合わないようにしてください。**
- **身体に粘着パッドを装着する際に、片方もしくは両方のパッドが正しく装着されていない場合、**GymForm® Duo を使用中に痛みを感じることがあります。しっかり粘着パッドがお肌に粘着されていることを確認してください。

《GymForm® Duo が使用できる箇所》

GymForm® Duo は様々な部位にご利用が可能です。

【太もも】

【ヒップ】

【胸】

【二の腕】

【肩】

【腹筋】

《GymForm® Duo の使い方》

- 本体のスイッチ ON / ＋ボタンを押します。
- お好みのプログラムモードを選択します (モード詳細参照)。
- 電源を入れた際のプログラムは、プログラム 1 に設定されます。電源を入れてから MODE ボタンでプログラム選択をします。
- 電源を入れてから MODE ボタンを 1 回押すとプログラム 2 になり、もう 1 回押すとプログラム 3 になります。プログラム 6 使用中に押すと、プログラム 1 に戻ります。

《強度設定の仕方》

- GymForm® Duo の強度レベル調節は、ON / ＋ボタン・OFF / －ボタンを使用し 10 段階から設定選択できます。
  (最強 10 レベル / 最弱 0 レベル (＝電源 OFF))
- ON / ＋ボタンを押すたびに、強度レベルが上がります。
- OFF / －ボタンを押すたびに、強度レベルが下がります。

※ 個人差によりますが、身体の GymForm® Duo 装着位置により感覚が弱く感じる場合があります。

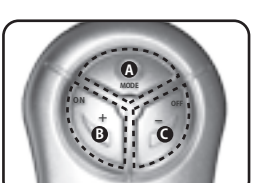
《GymForm® Duo 本体のボタン》

【 ボタン 3 種 】… 右記の図を参照してください。

A：MODE：モード選択

B：ON / ＋ (電源入 / 強)

C：OFF / －(電源切 / 弱)



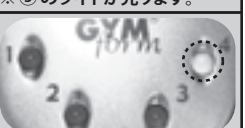
《電源の切り方》

電源を切る場合、OFF / －ボタンを使用して強度をレベル 1 まで下げる必要があります。本体の LED ライトが消滅するまで、OFF / －ボタンを押し続けてください。

OFF / －ボタンを押しレベルを下げ、最後にボタンを押し電源を切ることができます。

《モード選択》

※ モード設定・強度レベルは、体調やレベルに合わせて設定してください。

モード	名　称	詳　細	LED ライト表示
プログラム 1	マッスル ビルディング	短い動作/間隔の連動的なリズム (5パルス/秒)	※① のライトが光ります。
プログラム 2	スリミング 1	長い動作/間隔のリズム (1パルス/秒)	※② のライトが光ります。
プログラム 3	スリミング 2	短い動作/間隔の速い連動的なリズム	※① と ② のライトが光ります。
プログラム 4	フィットネス	長い動作/間隔のリズム (強弱あり)	※③ のライトが光ります。
プログラム 5	ヒップ&太もも	速いリズムのミックス	 ※④ のライトが光ります。
プログラム 6	リラクゼーション	5つのエクササイズモードのミックス	※③ と ④ のライトが光ります。

《自動電源 OFF 機能》

※ GymForm® Duo は、電源が入っている場合でも粘着パッドが皮膚に装着されていない場合、自動的に電源が切れる構造になっています。

- GymForm® Duo 本体は、15 分間の使用で自動的に電源が切れます。
- プログラム使用中にモードを変更した場合でも、15 分間で自動的に電源が切れます。
- 自動電源 OFF 機能は、静電気などの障害時には機能しないケースがあります。一度電源を切ってから通常の手順を行ってください。

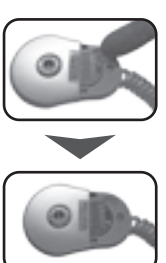
《粘着パッドの使用について》

- 水の中には入れないでください。
- 直射日光が当たる場所や湿った場所の保管は避け、乾燥した場所に保管してください。
- 粘着パッドのジェル部分を故意にはがさないでください。
- ご使用後は必ずパッド表面を、付属のシートを使用して保管してください。
- パッドの保管には、付属のビニール袋を使用してください。
- 保管の場所は、湿度の高い場所を避け、乾燥した場所に保管するようにしてください。
- 粘着パッドの使用回数は、約 30 回程度を目安にしてください。
- 粘着パッドを長く使用する際のポイントとして、湿った布等でパッド部分を拭いてください。
- 上記のような手段で、粘着パッドをより長く使用する事が可能です。

パッドは肌に密着させてください。
※ パッドが肌からはがれると、約 3 秒後に自動的に電源が切れます。

《電源について》

- 必ずボタン電池 (CR2032　2 個) を使用してください。　**※ 電池別売**
- 電源を入れる際には、電池が正しく設置されていることをご確認ください。
- 1 日 15 分間の使用で、おおよそ 30 日間 (目安) エクササイズを楽しめます。
- 電池を交換する際は、電源を切ってから交換してください。
- 長期間本体を使用しない場合は、本体から電池を抜いてください。
- 使用済みの乾電池は所定行程で処分するようにしてください。
  火気のある場所に処分、保管しないでください。またお子様が、飲み込まないよう保管場所には十分お気をつけください。



《電池の交換の仕方》…右記の図を参照してください。

くぼみに指を入れ、電池を軽く持ち上げるように
引き抜いてください。
2 枚目取り出すときは本体を逆さまにすると取りやすくなります。
電池を入れるときは、【電池の入れ方】を参照してください。

故障かなって思ったら・・・

Q1: ボタンを押しても動かない（すぐに電源が落ちてしまう）・・・

A: 次の事を再度ご確認ください。

- ボタン電池が正しく設置されていますか？
  再度、**【電池の入れ方】**(P3 参照) を参照してください。
- パッドが、正しく本体に装着されていますか？
  再度、**【粘着パッド装着について】**(P3 参照) を参照してください。
- 身体にパッドがしっかりと装着されていますか？
  再度、**【粘着パッド装着について】**(P3 参照) を参照してください。
- パッドが劣化していませんか？
  再度、**《装着パッドの使用について》**(P6 参照) を参照してください。

Q2: レベルの強度が弱い感じがしますが（何も感じられない）・・・

A: 次の事を確認してください。

- パッドがしっかり肌に装着されていますか？
  再度、**【粘着パッド装着について】**(P3 参照) を参照してください。
- 乾電池が消耗していませんか？
  【電池の入れ方】(P3 参照) を参照してください。乾電池を交換してください。
- 強度レベルを確認しましたか？
  再度、**《強度設定の仕方》**(P4 参照) を参照してください。

Q3: 肌がチクチクする。赤くなる・・・

A: 次の事を確認してください。

- プログラム時間が長すぎませんか？
  同じ箇所は 15 分以内にしてください。
- パッドが肌に密着していますか？
  再度、**【粘着パッド装着について】**(P3 参照) を参照してください。
- パッドの粘着面が痛んでいませんか？
  再度、**《粘着パッドの使用について》**(P6 参照) を参照してください。
  パッドは消耗品です。新しいパッドに交換してください。

Q4: パッドが貼りつかない・・・

A: 次の事を確認してください。

- パッド粘着面のフィルムをはがしましたか？
  粘着面のフィルムをはがしてください。
- パッドの粘着面が汚れていませんか？
  再度、**《粘着パッドの使用について》**(P6 参照) を参照してください。
  湿った布等で、パッドの粘着部分を拭いてください。
- パッドの粘着面が痛んでいませんか？
  再度、**《粘着パッドの使用について》**(P6 参照) を参照してください。
  パッドは消耗品です。新しいパッドに交換してください。

Q5: 使用中に動かなくなりましたが・・・

A: 次の事を確認してください。

- パッドが肌から離れていませんか？
  再度、**【粘着パッド装着について】**(P3 参照) を参照してください。
- 電池が消耗していませんか？
  再度、**【電池の入れ方】**(P3 参照) を参照してください。電池を交換してください。

株式会社 e-chance
〒140-0013 東京都品川区南大井 3-24-13
Copyright ©2010 e-chance. All Rights Reserved